Simulacro de Supervivencia en el desierto

Durante la carrera que participamos en Necochea, hubo un momento que tuve que quedarme solo en el gladiator hasta que mi piloto regresara con ayuda. Aunque no fue una situación de supervivencia propiamente dicha, vale aclarar algunas cosas para la próxima que nos pase...



Buscando ayuda en la soledad de la playa de arena.

Esto es aplicable a cualquier salida en la que exista una remota posibilidad de quedarnos varados alejados de la civilizacion. Debemos llevar elementos y tener conocimientos que nos permitan, tal vez no sobrevivir, pero a lo mejor pasar bien un momento en soledad o en una situacion de "forzoso" contacto con la naturaleza. Tener siempre el equipo adecuado y saber como improvisar ciertas cuestiones elementales en medio de la nada son cosas que todos los que disfrutamos de la naturaleza deberiamos considerar...

Una información más exhaustiva puede encontrarse en los siguientes enlaces... y por supuesto buscando en internet.

- Supervivencia en el desierto I
- Supervivencia en el desierto II

Agua: sin duda es el mayor problema a la hora de enfrentarnos con un desierto. Teníamos varios bidones de agua. Aunque no tenia buen sabor y estaba caliente por viajar en la caja, era totalmente potable. También se puede potabilizar de varias formas, como explico en el texto "Potabilización de agua".

Comida: Una de las labores mías como navegante fue ocuparme del tema comida y bebida durante la prueba. Llevábamos algunas comidas enlatadas, como choclo en granos y pate, y comestibles tales como galletas, caramelos y otros dulces. Para tomar teníamos alguna gaseosa de pomelo (el pomelo resulta más bebible que la cocacola si esta caliente) y el agua que llevábamos (25 litros).



Agua, comida y medicinas.

Abrigo: no estábamos correctamente vestidos para soportar caminatas largas en la arena, ni para enfrentar el frío de la noche o de una tormenta. Por suerte no hizo frío en ese fin de semana. Deberíamos haber llevado para improvisar una tienda o un techo (ver articulo campamento en Mendoza).



Refugiarse del mal tiempo y del sol es primordial para sobrevivir.

El botiquín contaba con elementos para heridas y algunos otros mas específicos para alergias, ataques varios y otros problemas que pudieran ocurrir.

Es importante el tema de la orientación: Conocer nuestra posición relativa, estar orientados para saber hacia donde dirigirnos y buscar ayuda. Llevábamos dos receptores GPS. Ambos eran portátiles. Notamos que varios equipos llevaban uno solo y fijo, que no se podía utilizar fuera del auto.



Orientación y comunicaciones: Nuestro pasaporte a ser ayudados.

Comunicaciones: Teníamos una radio VHF, totalmente inutilizada por el problema de la batería. Me recomendaron llevar una batería pequeña de alarma para estos casos, o una segunda batería con corte de corriente.



El 4x4 permite conocer lugares lejanos, inhóspitos y hermosos. Pero... podríamos quedarnos allá?



Cuidado con los peligros de la zona: El terreno y la flora y fauna pueden esconder sorpresas

Parte 1

Al planear un viaje al desierto, siempre informa a alguien de dónde irás, la ruta que tomarás y cuándo esperas volver. Apégate a tu plan. Lleva al menos 4 litros de agua por persona por día de viaje, en bidones plásticos.

Asegúrate que tu 4x4 está en buena condición. Revisa la batería, mangueras, neumático de repuesto, correas de ventilador, herramientas necesarias, y combustible y aceite de reserva. Otros repuestos y agua extra para el radiador son también importantes

Mantente atento a las condiciones meteorológicas. Si te encuentras con una tormenta de arena mientras manejas, sal del camino. Apaga las luces de conducción, y enciende los flashers de emergencia. Pon la cola del 4x4 hacia el viendo para disminuir el golpe de las partículas de arena en el parabrisas.

Antes de entrar en zonas arenosas prueba la firmeza del terreno. Caminar por un minuto puede ahorrar horas de trabajo duro.

Si tu 4x4 queda en panne, quédate cerca de él. Tus elementos de emergencia están allí. Tu 4x4 tiene muchos otros artículos útiles en una emergencia. Levanta el capot para señalar que estás en problemas. Un vehículo puede ser avistado desde kilómetros de distancia, pero es muy difícil ver una persona a pie.

Mientras estás allí, quédate en la sombra, o construye alguna sombra con alfombras, frazadas, cubreasientos, y cualquier otra cosa para reducir la exposición a los rayos del sol.

No te sientes o acuestes directamente en el suelo. Puede estar 30 o más grados más caliente que el aire.

No abandones el vehículo a menos que sepas positivamente qué ruta tomar para obtener ayuda.

Manténte vestivo. Ayuda a mantener baja la temperatura del cuerpo, y reduce la tasa de deshidratación. Cubre tu cabeza, Si no tienes un sombrero, improvisa con lo que sea.

Si debes caminar, descansa al menos 10 minutos cada hora. Si no estás preparado físicamente, descansa hasta 30 minutos por hora. Busca la sombra, siéntate y levanta los pies. Ajusta tus calcetines y zapatos. No te saques los zapatos. Puede que no puedas volver a ponértelos por los pies inchados.

Si tienes agua, bébela. No la raciones.

Si su agua es limitada, mantén la boca cerrada. No hables, no comas, no fumes, no tomes alcohol, no ingieras sal.

Si te quedaste en panne o estás perdido, haz fogatas. Haz fuego humeante en el día, y llameante en la noche. Tres fuegos en triángulo significan "necesito ayuda"

Un camino es un signo de civilización. Si encuentras un camino, permanece en él.



Items de supervivencia recomendados

Personal

Esenciales
Espejo metálico para señales
Pito
Cortaplumas o cuchillo de bolsillo
Piedra enciende fuego
Una vela
Lápiz pequeño
Brújula
Fósforos a prueba de agua
Mapa del área
Cinta adhesiva

Agregados por Mb
Bloqueador solar
Radio, teléfono celular
Un vehículo acompañante (nunca salir solo)
Una mochila pequeña y cómoda

Deseables
Pieza de nylon de 1x1m en colores brillantes
Contenedores de plástico para usar como cantinas
Anzuelos de pesca pequeños e hilo dental (100 metros)
Cable eléctrico
Sal
Manta plástica
Hoja de afeitar
Aguja con ojo grande
Hilo de coser grueso (1 metro)
Pinzas
Antídoto para serpientes (aquí no necesitamos. Mb)
Barra de jabón pequeña
Sierra plegable
Piedra de afilar
Guía de supervivencia
Cuerda de 6mm (15-30 metros)

Vehículo

Esencial
Huincha aisladora
Kit de herramientas
Kit de primeros auxilios
Linterna
Pala
Gata (ideal hi-lift o similar)

Deseable
Agua (4 lts por persona por día más 20 lts para el 4x4)
Combustible para 80 kms
Guantes
Fósforos extra
Bengalas - al menos 6 de cada una (se refiere a para día y para noche)
Pedazos de alfombra o saco
Correa de ventilador extra

Cables para puentear, al menos de 3,5 metros
Cadenas para neumáticos
Barra de jabón (grande)
Inflador manual o mecánico
Es preferible usar neumáticos con cámara, que se pueden parchar en terreno. En ese caso, lleva algunos parches.
Cable de tiro de 5 metros o más

Util
Manual del 4x4
Cuerda de 16 mm (15 metros)
Hacha pequeña
Comida deshidratada
Ollita para cocinar
Alusa Foil
Pieza de género o plástico para hacer sombra
Zapatos cómodos para caminar
Sombrero
Camisa de manga larga

Si caminarás por el desierto, equipa a cada persona, especialmente a los niños, con un pito que suene fuerte. Tres pitazos significan "Necesito ayuda"

Para evitar criaturas venenosas pon tus pies y manos solamente donde puedas verlos.

Parte 2

El desierto australiano es una tierra de calor extremo y deshidratante, y la gente no debiera alejarse de las rutas establecidas a menos que hayan leído toda la información disponible sobre el área a la que intentan ir, y se han aprovisionado de suficiente agua, comida y un transporte confiable.

Las situaciones de emergencia cuando se viaja por el desierto pueden convertirse en mucho más serias, dependiendo de la condición de los caminos y los efectos de los cambios meteorológicos, y de la gran aislación (y poco tráfico. Mb) entre puntos poblados.

Todo el que viaje por el desierto debería conocer y comprender completamente las reglas de seguridad y supervivencia en el desierto. Ha habido numerosas tragedias en el desierto causadas por la negligencia en seguir estas simples reglas, tales como no llevar comida y agua de emergencia, e ignorancia en el uso del equipo de supervivencia para mejorar las probabilidades de salir bien del embrollo.

Reglas de Seguridad

- Planea detalladamente el viaje antes de partir. Haz un itinerario. Entrega copias de él a personas en quien confíes, como un vecino, un amigo, o un familiar.
- Revisa todos los mapas e información disponible, la que puedes obtener de personas que hayan viajado por el área a la que te dirigirásm o que la conocen bien.
- Considera en tu itinerario algún tiempo extra para demoras previsibles e imprevisibles, de modo de darte tiempo de regresar en caso que algo pase.
- Lleva fósforos (los a prueba de agua son mejores) no sólo para encender el fuego del campamento sino para el caso que necesites encender un fuego de señales en una situación de emergencia. Para encender un fuego de señales, enciende un fuego normal y pon encima un poco de pasto (si encuentras verde, mejor), lo que producirá bastante humo. Esto podría llamar la atención de aviones y otros vehículos, y las personas que vivan por allí podrían investigar la causa del humo. Mantén el fuego encendido día y noche.
- Mb: De día producir fuego humeante, de noche producir fuego llameante.
- Lleva un hacha y una pala. También lleva alambre y una cuerda resistente.
- Lleva un sombrero que te dé sombra (alón). Esto es esencial si tienes que desarrollar alguna actividad durante el día. Cubre la piel de tu cuello con un pañuelo.
- El elemento más importante de llevar es agua suficiente para todos los miembros de la expedición para todos los días que estarás afuera (recuerda que agregaste unos días al itinerario para imprevistos y demoras). Recomiendo llevar un mínimo de 5 litros por persona por día más una reserva en caso de emergencia.
- En caso que te quedes inmovilizado, no bebas líquido alguno durante las primeras 24 horas. Esto "apagará" tus riñones y no orinarás los fluidos que ingieras. Esto te da una mayor probabilidad de sobrevivir.
- Lleva una reserva suficiente de combustible y repuestos. ("Suficiente" es en proporción al tiempo que estarás alejado de la civilización, y a qué distancia de ella estarás. Mb).
- Lleva una brújula (y GPS y baterías de reserva) para que puedas determinar un rumbo en caso de extraviarte.
- Lleva un buen botiquín para resolver emergencias médicas menores.

Observa y Recuerda

Mira bien el paisaje por el que vas pasando. Todos los integrantes del paseo debieran hacerlo. No muchas personas tienen un sentido natural de la dirección o de la ubicación. La mayoría de las personas encuentra la salida de un laberinto observando meticulosamente y recordando lo que ven. En una emergencia, estas observaciones pueden llevarte de vuelta a un lugar seguro, o ahorrarte una larga y cansadora caminata a un espejo de agua que está seco.

Recuerda tu posición en relación a características bien conocidas y fijas al terreno, y la dirección en que van (por ejemplo un camino). Puedes tener que caminar para buscar ayuda urgente. Si no puedes recordar qué dirección es este u oeste, puede ser tu última caminata. Aquí viene muy bien la brújula.

Siempre que sea posible, trata de caminar en línea recta entre dos puntos. Antes de empezar a caminar fija un punto detrás tuyo y otro enfrente, formando una línea recta. Los puntos deben ser visibles desde la distancia. Con esta técnica, puedes construir "rutas" como las de un GPS, y podrás deshacer el camino si es necesario. Cuando camines, pon atención a marcas geográficas, como cruces de lecho de río, rocas grandes, cerros, etc. No olvides usar la brújula permanentemente.

A medida que avanzas, las características que observes tienen una cierta apariencia. Al regresar desde la dirección opuesta, estos objetos pueden tener una apariencia diferente. Estudia las marcas desde el otro lado, ya que éso será lo que verás cuando regreses.

Jamás dejes el campamento sin indicar claramente tus intenciones. Indica con la máxima precisión posible la dirección que tomarás y cuánto tiempo pretendes estar alejado.

Nunca te alejes del campamento sin suficiente comida y especialmente agua para el período que estarás ausente. Lleva una reserva, especialmente de agua, por el efecto deshidratador de la actividad física que tendrás que desarrollar. Lleva un pito y una linterna.

Si te alejas de tus compañeros por cualquier razón y no puedes encontrar el camino de regreso, detente y piensa calmada y lógicamente en tus movimientos recientes y las marcas geográficas que observaste. ¡NO TE ASUSTES¡ No estás perdido mientras tengas alguna pista sobre qué dirección deberías tomar. Si has informado a tus compañeros de tu plan de ruta, y cuánto tiempo pretendes estar alejado del grupo, no camines. DETENTE y ESPERA. Toca el pito a intervalos regulares para darles un sentido de la dirección en que te encuentras respecto de ellos.



Señales reconocidas de "Estoy en Peligro"

- 3 disparos, 3 pitazos, o 3 gritos en rápida sucesión
- 3 fuegos o 3 columnas de humo en fila
- 3 destellos de una linterna, espejo o un objeto similar

Dado que son señales de "Estoy en peligro" no hagas cualquiera de las señales ya indicadas sin una razón genuina, para no engañar a otros (¿Recuerdan el cuento del lobo? Mb)

Cuando necesites llamar la atención de alguien vocalmente, usa los nombres de los que viajan contigo. Cuando ellos oigan que gritas sus nombres, se darán cuenta que algo malo pasa y que se requiere de su ayuda.

Investiga el ambiente inmediato que te rodea con calma y racionalidad. A menos que estés completamente seguro de para dónde vas, quédate donde estás para conservar energía y fluidos del cuerpo. Si estás seguro de tu rumbo, avanza con seguridad, pero solamente temprano en la mañana y al atardecer, que es cuando está más fresco. Conserva el agua. Usa toda la sombra que puedas. Marca tu ruta con lo que puedas.

Si no estás seguro de dónde estás y te mueves, escribe tu nombre con piedras y haz una flecha con la dirección en que te estás moviendo. Escribe la fecha y hora. Así ayudarás a los que te buscan a encontrarte más pronto.

¡NO TE ASUSTES!. Piensa deliberadamente y evita el pánico

La horrible idea de perecer es la causa del pánico y de rendirse. La gente sobrevive por largos períodos aunque tenga sed, hambre y esté en circunstancias poco acogedoras. Nunca te rindas. No pierdas la esperanza de ser encontrado y rescatado. Quédate en tu vehículo.

Lo primero que debes hacer si tu vehículo queda en panne es quedarte en él. Si has seguido el consejo de dejar por escrito en la civilización tu plan y tu ruta, eventualmente alguien vendrá a rescatarte, y tu vehículo será de gran ayuda para que puedan encontrarte. Será muchísimo más visible que la pequeña silueta de un humano deambulando por el desierto.

Si estás en un camino, sea poco o muy usado, es casi seguro que otro vehículo vendrá en algún momento, y podrán rescatarte o ir por ayuda. Aún en un camino poco recorrido, quédate en tu vehículo.

Si no regresas en un período razonable luego de tu regreso programado, y dejaste el plan escrito a una persona responsable, es casi seguro que pronto comenzarán a buscarte. Atente a tu ruta y quédate en el vehículo para que te encuentren más pronto.

Radio

Es sumamente útil, pero sólo si sabes usarla. Aprende antes.

GPS (Global Positioning System)

De todos modos considera un GPS como un elemento esencial para viajar al desierto. Al igual que la radio, aprende a usarlo al menos en sus funciones básicas.

Conserva el agua

Si te quedas atrapado en el desierto, no camines en el calor, ni esfuerces el cuerpo. Sólo consumirás el agua de tu cuerpo, y requerirás beber de una reserva que puede ser poca. Es importante que uses cuidadosamente el agua para que dure, porque no sabes cuánto deberás esperar a tus rescatadores.

No tomes el agua del sistema de enfriamiento del vehículo, porque contiene aditivos químicos.

Si te quedas sin agua

Esta circunstancia no es tan terrible como parece. Puedes construir un capturador de agua que te proveerá de suficiente agua para mantenerte vivo en una situación de emergencia.

Los materiales son una pieza de plástico de1x1 metro, y un envase de un litro (de los cuales deberías llevar varios en el 4x4)

Haz un hoyo en el suelo, y pon el envase en el centro de él. Rellena el hoyo con todas las hojas, raíces y ramitas que encuentres, ojalá verdes. Pon el plástico tapando el hoyo, y tapa las orillas con arena para hacer un sello hermético. Pon una pequeña piedra en el centro del plástico exactamente encima del envase.

Con este sistema debieras producir por condensación aproximadamente medio litro de agua por día. Muy temprano cada día, cuando la humedad es máxima (relativamente hablando), agranda un poco el hoyo y agrega más material vegetal.

En el norte de Chile también tenemos corrientes de aire húmedo que corren de costa a cordillera durante la noche. Incluso a veces toma la forma de neblina. Si pones un cortaviento de plástico en forma de V con el vértice al fondo, atraparás humedad que puedes capturar en la parte de abajo del plástico.



Más trucos para sobrevivir en el desierto

- Construye una carpa usando lona o sábanas, y mantente bajo ella durante el calor del día.
- Si no puedes hacer sombra, haz un hoyo en el suelo suficientemente grande para tú caber en él.
- Si no hay suficiente refugio para todos los que están contigo, haz un hoyo más grande bajo tu vehículo y acuéstate allí.
- Haz un hoyo bajo el vehículo y pon allí todos los contenedores de agua, comida, etc. Esto mantendrá el agua razonablemente fresca.
- Bebe lo mínimo durante el calor del día
- Sé realmente cuidadoso con las moscas en la comida, porque si te enfermas reduces tus posibilidades de sobrevivir
- Si llevas té o café en tu 4x4, prepara un poco y bébelo frío. Esto te refrescará más que el agua pura (Nota de MB: Según entiendo, el café es diurético, por lo que provocaría orinar más, por ende mayor deshidratación ¿Alguien puede aportar?)
- Tu espejo retrovisor puede ser usado como un espejo de señales a aviones que pasen cerca. Estos reflejos, hechos desde un punto elevado del terreno, pueden también atraer la atención de personas que están en tierra.
- Mantén tu ropa puesta aún si crees que estarás más cómodo sin ella. La ropa te protege de los rayos del sol y disminuye la deshidratación. Recuerda a los beduinos.
- Si tienes un arma de fuego o cualquier medio de matar, úsalo para matar cualquier animal disponible. Puede que no sea muy sabroso, pero puede ser lo que necesitas para mantenerte vivo. (Al ingerir su carne también estarás ingiriendo líquido. Mb)
- No abandones el vehículo para ir de cacería. Si debes alejarte, no pierdas de vista el 4x4
- Es aconsejable aprender primeros auxilios antes de viajar al desierto. Lleva un buen botiquín y un manual de primeros auxilios
- Mantente alejado del sol en las horas más calurosas. Usa un sombrero alón. Evita exponer tu piel a los rayos del sol. El antebrazo izquierdo y mano izquierda es una posible víctima de quemaduras si manejas largas horas. (Tengo quemaduras visibles de dos días de pescar en pantalones cortos en el norte hace dos años. Mb)
- Mb: Usa bloqueador solar para las partes expuestas de tu cuerpo, como cara, cuello, manos.
- De todos modos usa anteojos de sol
- Lleva repelente para insectos
- La deshidratación y la hipotermia son problemas serios en el desierto y es importante que reconozcas los síntomas. Cuando viajes en climas calurosos y secos, bebe abundante líquido para evitar dolores de cabeza, desorientación y cambios en la temperatura del cuerpo.
- Mb: Rellena tus reservas de agua siempre que puedas.
- Lleva suficiente agua, y úsala sólo para beber. Si encuentras agua, asegúrate que es adecuada para beber. Usualmente el color, olor y/o sabor te lo indicarán. El agua del desierto puede frecuentemente contener sales minerales disueltas y provocarte un buen dolor de guata e incluso un principio de envenenamiento.
- En nuestro desierto la temperatura desciende mucho durante la noche. Abrígate.

Como nota final, sólo agregaría un pedacito de sabiduría listera: **Nunca te vayas de aventura solo**. La probabilidad de que dos vehículos fallen es muchísimo más baja que la de que un vehículo falle. Si van tres o más, es casi imposible que fallen todos.